

NEVYPUSŤ DUŠI, z. s.

Výroční zpráva za rok 2021





Nebojíme se mluvit o duševním zdraví.

Chceme, aby...

- konverzace o duševním zdraví byla součástí běžného života
- se děti ve škole učily, jak o své duševní zdraví správně pečovat
- duševní onemocnění nebyla stigmatizována a nikdo se nestyděl říct si o pomoc
- byl v systému psychiatrické péče kladen důraz na dodržování lidských práv



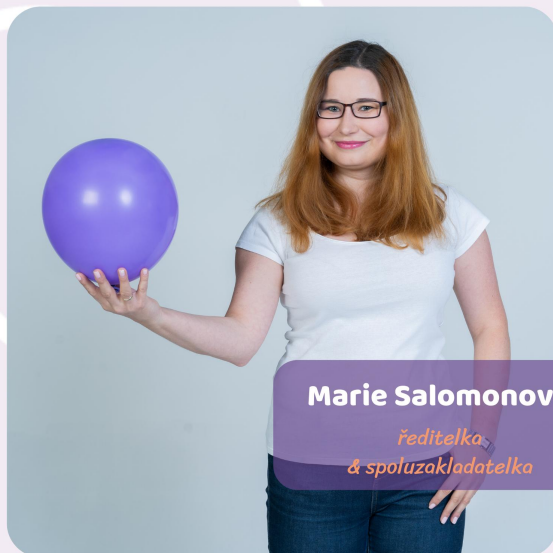
Proto...

- se nebojíme o duševním zdraví mluvit a sdílet osobní příběhy
- šíříme praktické, výzkumem a zkušenostmi podložené informace
- ukazujeme, jak o duševní zdraví pečovat & kde vyhledat včas odbornou pomoc
- usilujeme o systémové změny a zastupujeme zájmy uživatelů péče





Úvodní slovo



V naší výroce se dočtete, kolik středoškoláků a učitelů prošlo během roku 2021 našimi programy a přečtete si i několik krásných zpětných vazeb na workshopy a webináře. Za všemi našimi aktivitami stojí skvělý tým koordinátorek, lektorů, lektorek a dalších mých kolegyň. Ne všichni z nich jsou běžně vidět na našich sociálních sítích nebo akcích. Nápor na ně byl v roce 2021 obrovský. **Duševní zdraví celé populace bylo v době pandemie covid-19 vystaveno velké zkoušce, a tak byly zkoušeny i naše kapacity - lidské, finanční a taky psychické.** Zvládli jsme to a já jsem na všech, více než 50 lidí v širokém týmu Nevypusť duši, moc hrdá. Jsem hrdá na to, že ani v náročných dobách nevolíme lehká řešení a prosazujeme moderní přístup k péči o duševní zdraví.

Rok 2021 jsme se středoškoláky prožili ve velkém na distanční výuce a od září jsme pak po návratu do škol jasně viděli dopady pandemie na duševní zdraví dětí i učitelů v přímém přenosu. Ve třídách se proto více věnujeme copingovým strategiím, sestavování krizového plánu a předávání kontaktů na pomoc. Při tom všem ale nezapomínáme na prevenci. Učitelům se zase snažíme ještě více než dříve zdůrazňovat, že na jejich wellbeingu záleží. Že jedině když se budou starat o vlastní duševní zdraví, mohou být oporou i svým žákům.

Za šest let působení na poli prevence a péče o duševní zdraví máme co předat a zakládáme si na šíření dobré praxe. I proto jsme se na konci roku s nadšením stali odbornými partnery Partnerství pro vzdělávání 2030+. Pod hlavičkou Stálé konference asociací ve vzdělávání, spolu se zástupci ředitelů škol a učitelů, zástupci Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, neziskovými organizacemi a dalšími důležitými aktéry na poli vzdělávání spolupracujeme na zlepšování učení dětí a snižování nerovností ve vzdělávání. My konkrétně odborným působením v pracovní skupině pro wellbeing. **Dále pokračujeme v dalších důležitých advokačních aktivitách i na poli zdravotnictví,** a to zejména v oblasti péče o dětské duševní zdraví a dodržování lidských práv a zvyšování kvality péče.

Čím dál tím více si uvědomujeme, že pro zlepšení situace v oblasti péče o duševní zdraví v ČR nutně potřebujeme více kvalitních odborníků. Jsem proto nadšená z každého studenta a studentky pomáhající profese, kteří se po ukončení studia a praxe u nás rozhodnou nastoupit do terénu třeba jako školní psychologové, psychologové v pedagogicko-psychologických poradnách nebo jako lékaři na oddělení dětské psychiatrie a nebojí se dělat to trochu jinak. Máme jich v našich řadách čím dál tím víc a můžeme s jistotou říct, že praxe v Nevypusť duši je atraktivní pro jejich zaměstnavatele a věříme, že i nesmírným přínosem pro jejich klienty a pacienty.

Do dalších let máme spoustu důležitých plánů - těším se, že vám je představíme jak v této výroce, tak už brzy v terénu.



Kdo jsme

Jsmo nestátní nezisková organizace Nevypuř duři, z. s. **Přináříme prevenci v pēči o psychiku**, říříme praktické a ověřené informace a usilujeme o to, aby se konverzace o duřevním zdraví stala součástí běžného života moderní společnosti, ve které se nikdo nestydí říct o pomoc. Ve spolupráci s veřejnými institucemi také **dlouhodobě prosazujeme systémové změny** v oblasti pēči o duřevní zdraví.

Jsmo Nevypuř duři. Nebojíme se mluvit o duřevním zdraví a ukazujeme, jak o něj pēčovat.

Pořádáme kurzy, workshopy a přednářky zaměřené na osvētu a prevenci duřevních onemocnění pro učitele, řkoláky, firmy i řirokou veřejnost. **Podporujeme ve včasém vyhledání odborné pēči**, pravidelně vydáváme články a o tématu psychického zdraví **informujeme na našich sociálních sítích a webu www.nevypustdusi.cz**, kde si každý může stáhnout naše infografiky nebo vyhledat kontakt na odborníky v rozcestníku služeb.

Náš tým tvoří mladí psychologové, lékaři, sociální pracovníci, studenti těchto oborů a lidé se zkušeností s duřevním onemocněním v mladém věku. Sídlíme v Praze a jako nezisková organizace působíme v České republice od roku 2016.

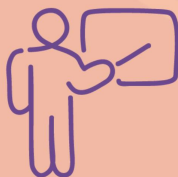
PREVENCE

Ukazujeme, jak se o duřevní zdraví starat - řkolám, firmám i veřejnosti.



OSVĚTA

Říříme výzkumem podložené informace, sdílíme příběhy a destigmatizujeme.



SYSTÉMOVÁ ZMĚNA

Usilujeme o systémové změny a zastupujeme zájmy uživatelů pēči.



POMOC

Ukazujeme, kde vyhledat včas odbornou pomoc a jak dané služby fungují.





**Proč jsme
potřeba**

Na jaká fakta reagujeme?



20 % 13-18letých
se potýká
s duševními
obtížemi

z chronických
duševních nemocí
se projeví

50 % před 14. rokem
a 75 % před 24. rokem



každý 4. člověk
se za život setká
s duševní nemocí

během pandemie
vzrostl výskyt
duševních
onemocnění v ČR
u dospělých na 33 %



Všeobecná nejistota, neustálé změny, uzavření škol, online výuka, izolace školáků od třídního kolektivu... Rok 2021 byl již druhým rokem, který provázela pandemie covid-19, a postupně se v něm ještě intenzivněji začaly projevovat důsledky protipandemických opatření a **důležitost reformy psychiatrické péče**, kterou dlouhodobě podporujeme.

Ve společnosti došlo k plošnému nárůstu duševních onemocnění. Linka bezpečí upozorňuje na to, že se na ni stále častěji obrací děti a mladiství s myšlenkami na sebepoškození nebo sebevraždu, dostupnost psychiatrické péče se ukazuje jako nedostatečná a potřebná odborná péče tak nemůže být poskytnuta včas významnému počtu dětí a mladistvých, u kterých se psychické obtíže projevily. **Včasná intervence je přitom při jejich rozvoji zcela zásadní**, a to zejména u adolescentů, kteří jsou jednou z nejohroženějších skupin.

Ze zpětných vazeb od školáků víme, že naše workshopy jsou často první příležitostí, kdy se s nimi o duševním zdraví někdo baví. Těší nás proto, že si stále více škol uvědomuje důležitost prevence (v roce 2021 jsme zaznamenali o 50 % vyšší poptávku po našich workshopech pro středoškoláky, než jakou jsme byli schopni uspokojit), a to také směrem k podpoře učitelů.

V Nevypusť duši víme, že duševní zdraví je důležitou součástí spokojeného života, a je proto důležité mu věnovat stejnou pozornost, jakou věnujeme zdraví fyzickému, a vědět, co pro své duševní zdraví můžeme udělat a kde případně vyhledat potřebnou pomoc. Přestože se v souvislosti s pandemií začalo o duševním zdraví více mluvit, vyhledání odborné pomoci je i nadále opředeno spoustou mýtů, které mohou ve včasném vyhledání odborníka bránit. **V roce 2021 jsme proto začali publikovat seriál, ve kterém široké veřejnosti představujeme jednotlivé služby v oblasti péče o duševní zdraví.**



Naše práce



Duševní zdravotní péče pro středoškoláky

- 5hodinový interaktivní program zaměřený na **osvětu a prevenci v oblasti duševního zdraví**
- jeden ze 2 lektorů během něj vypráví svou **vlastní zkušenost** s duševním onemocněním
- během distanční výuky jsme vedli program formou webináře
- **program lektorují studenti a studentky** pomáhajících profesí a získávají tak praxi



Duševní zdravotní péče pro učitele

- **2denní kurz pro pedagogy akreditovaný MŠMT**
- obsahem kurzu je péče o duševní zdraví a wellbeing samotných učitelů i žáků (včetně praktických nácviků)
- dále pro učitele připravujeme **5 typů webinářů** zaměřených na téma emocí, prevence vyhoření, motivace a potřeb, relaxačních technik a adaptace na změny



Programy pro firmy a širší veřejnost

- pomocí 5 různých typů workshopů, přednášek a webinářů poskytujeme vzdělávání a podporu v oblasti duševního zdraví zaměstnancům firem (ty zakoupením programu přispívají na program pro středoškoláky)
- pro veřejnost pravidelně nabízíme workshopy, webináře a besedy zaměřené na prevenci, pomoc a destigmatizaci



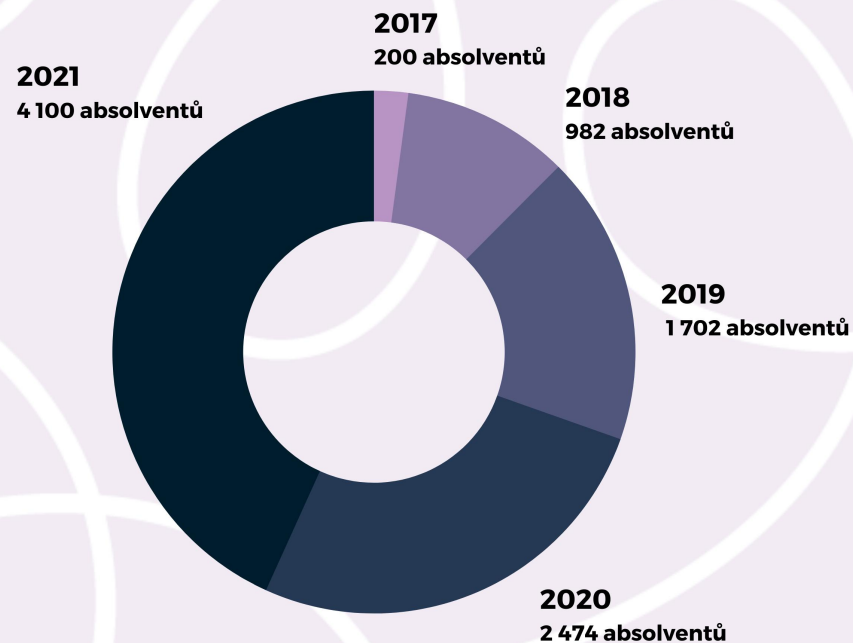
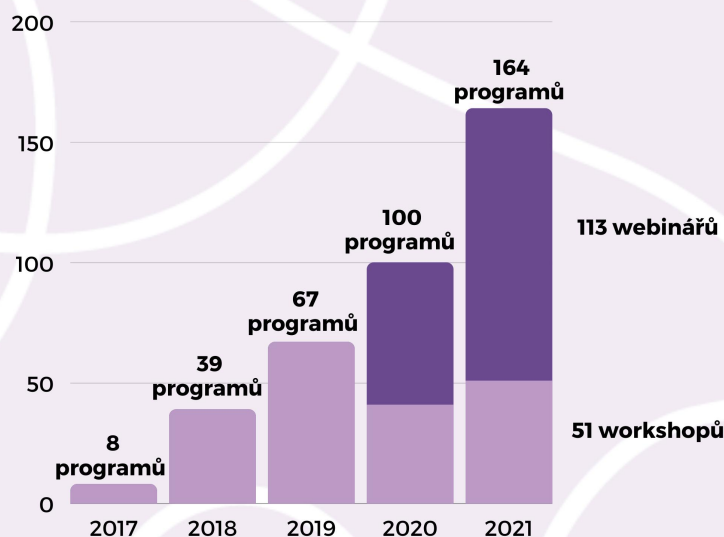
Advokacie & systémové změny

- v Radě vlády pro duševní zdraví zastupujeme zájmy uživatelů péče
- jsme zapojeni do pracovní skupiny pro dětskou a dorostovou psychiatrii na Ministerstvu zdravotnictví
- zasazujeme se o větší dostupnost služeb a dodržování lidských práv v systému péče o duševní zdraví
- jako odborní partneři jsme zapojeni v pracovní skupině Wellbeing projektu Partnerství 2030+ při SKAV



**Rok 2021
v číslech**

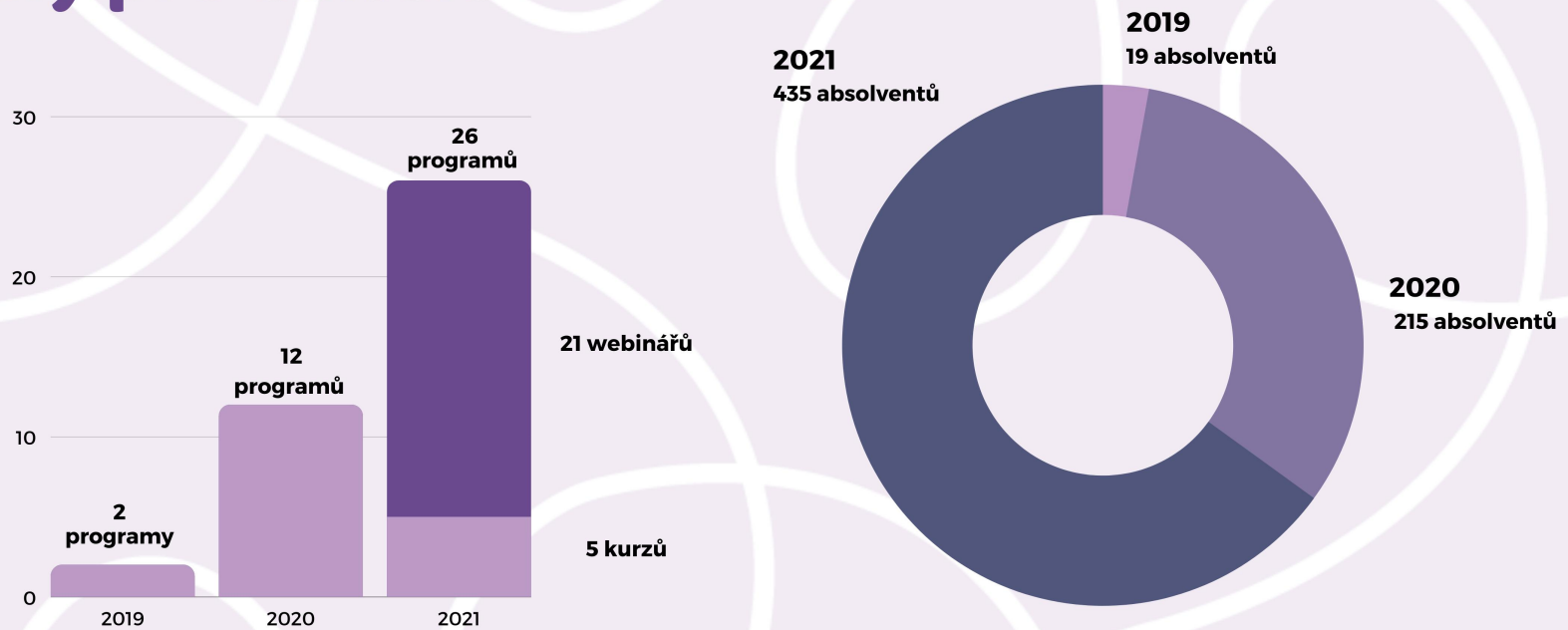
Programy pro SŠ



V roce **2021** program **Duševní zdravověda pro středoškoláky** zavítal do **164 tříd** napříč celou Českou republikou. Vzhledem k epidemiologické situaci se programy od ledna do května realizovaly distančně ve formě webinarů. Od června a následně září až prosince jsme mohli již fyzicky opět vyjždět za studenty do škol. Celkově se uskutečnilo **51 prezenčních workshopů** a **113 distančních webinarů**.

Znalost péče o duševní zdraví a porozumění duševnímu onemocnění jsme v roce 2021 předali celkem **4 100 studentům** - 1 425 z nich bylo z Prahy a 2 675 ze všech dalších krajů ČR. Máme radost, že se každým rokem zvyšuje počet dětí a mladých lidí, kterým můžeme s programy Duševní zdravovědy pomáhat pečovat o duševní pohodu. Od roku 2017 těmito programy prošlo již 9 458 studentů.

Programy pro učitele



Po roční odmlce se opět uskutečnil **akreditovaný kurz Duševní zdravotěda pro učitele**. Vzhledem k epidemiologické situaci se v roce 2021 konal 1 prezenční dvoudenní kurz, kterého se zúčastnilo 18 učitelů a 4 prezenční dvoudenní kurzy pro sborovny škol s 79 zúčastněnými pedagogy.

Během roku jsme uskutečnili **sérii online webinářů pro učitele**, zaměřenou např. na oblasti Stres & vyhoření, Potřeby & motivace v učitelské praxi a nebo Adaptace na změny. Pomocí webinářů jsme dokázali vyškolit 264 pedagogů. V roce 2021 se nám podařilo celkově proškolit **435 učitelů, což je o 50 % více pedagogů než v roce 2020**.

Programy pro veřejnost, vysoké školy a firmy

33

**workshopů, přednášek a
webinářů**

V roce 2021 jsme uspořádali **25 workshopů, přednášek a webinářů pro veřejnost a studenty VŠ** a 12 programů pro firmy.

746

**účastníků programů pro
veřejnost a VŠ**

Programy pro veřejnost a vysoké školy absolvovalo 746 účastníků, z nichž bylo **317 studentů z UK, ČVUT nebo VŠTE České Budějovice**. Velký zájem byl i v roce 2021 o workshopy Základy duševní resuscitace a Duševní zdravověda. Distančně jsme zrealizovali webinář První pomoc pro duševní zdraví. Pozornost jsme také věnovali tématu Poruchy příjmu potravy a covid v konceptu **#TrueStory** (moderovaná beseda s hostem, který sdílí vlastní zkušenost s duševním onemocněním a odborníkem z pomáhající profese).

613

**absolventů
firemních programů**

Programy pro firmy, jak v ČJ, tak i AJ, prošlo 613 absolventů. V roce 2021 jsme například spolupracovali se společnostmi **Savills CZ, Golden Gate CZ, Euler Hermes, Makro, GuideVision, Rowan Legal, Kooperativa, RVL.T.Digital**.

Programy se věnovaly tématům Syndrom vyhoření nebo První pomoc pro duševní zdraví. Velký zájem byl o program **Jak nevypustit duši** (metody a techniky psychohygieny).

Sociální sítě a poradenské dotazy



24 500
sledujících



698 000
dosah FB



16 500
followers



23
infografik



19
článků

Nejúspěšnější příspěvek na Instagramu se týkal **varovných signálů rizika sebevraždy u dospívajících**. Oslovil 16 275 účtů, z nichž 58 % nesledovalo náš profil.



Nejúspěšnější infografika **na Facebooku** s celkovým počtem 136 024 oslovených lidí a 902 sdílení zaměřená na podporu duševního zdraví široké veřejnosti.

94 dotazů



obrací se na nás:



témata se týkají:



- 76 poradenských dotazů na info@nevypustdusi.cz
- 18 přes Facebook a Instagram
- uživatelé péče a jejich blízcí
- učitelé, kteří hledají pomoc pro své žáky nebo pro sebe
- lidé s duševními obtížemi, kteří chtějí vstoupit do systému zdravotní/sociální péče a hledají konkrétní kroky
- široká veřejnost, která hledá informace z oblasti osvěty a prevence duševního zdraví
- studenti pomáhajících profesí
- pomoc blízkému (kolega v práci, člen rodiny, partner, spolužák, žák ve třídě)
- poskytnutí kontaktu na služby v oblasti duševního zdraví
- příznaky onemocnění, svépomoc, postup ve vyhledání odborné pomoci v oblasti konkrétních okruhů diagnóz (deprese, poruchy příjmu potravy, suicidální myšlenky)

#NEBOJIMESE videa ve spolupráci s T-Mobile CZ a Magenta Experience Center



Všech 24 videí
najdete na odkazu
bit.ly/NebojimeSe
nebo načtete QR kód.



Společně s T-Mobile CZ a Magenta Experience Center jsme zveřejnili sérii osvětových videí zaměřených na podporu duševního zdraví. K natáčení jsme přizvali naše lektory i psychology a odborníky z praxe, a vzniklo tak 24 krátkých videí rozdělených do 5 oblastí:

- **Duševní (ne)pohoda**
- **Pro rodiče a učitele**
- **Svépomoc & péče o duševní zdraví**
- **Psychohygiena & zvyšování psychické odolnosti**
- **Syndrom vyhoření & home office**

Celkový počet zhlédnutí se ke konci roku blížil téměř 24 000, **dosah příspěvků** na sociálních sítích T-Mobile CZ a Nevypuště duši byl pak **větší než 92 000**.





Ocenění

Ocenění programů pro střední školy

Za všemi našimi aktivitami stojí skvělý tým koordinátorů, lektorů a odborníků. Skrze jejich úsilí se téma duševního zdraví formuluje do konkrétních programů, s kterými jezdíme do středních škol po celé České republice. **Nesmírně si proto vážíme ocenění, která program Duševní zdravověda pro středoškoláky získal v roce 2021.**

Cena
SDGs

1.místo

Na podzim 2021 jsme získali **Cenu SDGs udělovanou Asociací společenské odpovědnosti.**

V kategorii Veřejná sféra si Nevypusť duši odnesla **1. místo** s projektem Duševní zdravověda pro školáky.

Cena
SozialMarie

moderní přístup

V roce 2021 získal náš projekt Duševní zdravověda pro středoškoláky **ocenění SozialMarie za sociální inovace.**

Z 299 projektů ze 6 zemí se Nevypusť duši umístila **mezi 15 nejlepšími.**

Cena
EHSV

občanská solidarita

Evropský hospodářský a sociální výbor nám na začátku roku 2021 udělil **Cenu za občanskou solidaritu za péči o duševní zdraví středoškoláků během pandemie.**

S programem pro SŠ jsme se zařadili mezi **23 projektů z EU a Velké Británie** bojujících proti onemocnění COVID-19 a jeho důsledkům.



ze slavnostního vyhlášení udělení cen SDG



**Naše plány
na období 2022-30**

Naše priority pro roky 2022-2030

Posilování týmu, rozšíření jeho zázemí i nabídky programů nám umožňuje zvyšovat dopad našich aktivit v oblasti duševního zdraví a zvyšování psychické resilience. Důležitým aspektem je i **škálování našich programů do všech regionů ČR** - zvláště do těch s výraznějšími nerovnostmi v přístupu ke vzdělávání a tam, kde chybí podpora dětského duševního zdraví. Právě tam můžeme náš dopad znásobit.

Dlouhodobé cíle

Prostředky k jejich naplnění

zvyšování psychické resilience české veřejnosti, zejména dětí, dospívajících a mladých dospělých



efektivnější komunikace a rozšíření koordinačního týmu, podpora programů pro učitele, rodiče, studenty a širší veřejnost

osvěta a posílení duševního zdraví a wellbeingu dětí a učitelů pomocí škálovatelných a dlouhodobějších programů, které posilují celou školní komunitu



podpora metodického týmu a týmu programů pro učitele, škálování programu "Zázemí pro duši" a otevřené sdílení dobré praxe (např. volně dostupné metodiky pro třídní učitele)

ukotvení a podpora tématu duševního zdraví a prevence v systému (např. příprava budoucích učitelů, Reforma péče o duševní zdraví, apod.)



část týmu zabývající se naplno advokační činností (2022 - 2024) na poli školství, zdravotnictví i sociální práce - podpora systémových změn, prevence a multioborového přístupu

expertní vyhodnocení dopadu našich programů a použití výsledků ke zlepšování kvality a advokační činnosti



spolupráce s odbornými partnery (např. PAQ Research a akademiky), nalezení vhodných zdrojů financování pro tyto aktivity, dlouhodobá práce s daty a jejich sdílení

podpora mladých profesionálů studujících pomáhající profese - více kvalitních odborníků



rozvoj práce studentů v multidisciplinárním týmu a jejich neformální vzdělávání, spolupráce s univerzitami a našimi alumni

hledání nových dlouhodobých partnerství s nadacemi a filantropy, kteří nesou stejné hodnoty; zvyšování finanční soběstačnosti organizace



aktivní fundraiserský tandem zaměřený na "major donors"; programy pro firmy a člen týmu dedikovaný na péči o ně & rozvoj finančně soběstačných programů pro učitele

V čem je naše síla



- soustředíme se na prevenci v celé ČR, ne pouze ve vybraných regionech



- na přípravě i realizaci programů pracuje multidisciplinární tým, který zajišťuje komplexní přístup k tématu na bio-psycho-sociální úrovni



- abychom pomáhali efektivně a udržitelně, náš program pro děti škálujeme tak, že vzděláváme i samotné učitele a další dospělé



- sdílíme dobrou praxi a naše výsledky s dalšími organizacemi



- máme blízké vztahy se školami, s kterými dlouhodobě spolupracujeme



- naši lektori jsou mladí a pro studenty je snazší se s nimi identifikovat



- silným destigmatizačním nástrojem jsou autentické příběhy o vlastní zkušenosti s duševními obtížemi v mladém věku, které naši lektori vyprávějí



- spolupracujeme s veřejnými institucemi (např. Rada vlády pro duševní zdraví, pracovní skupiny při ministerstvech)



- naše metodiky a školení mohou být přeloženy do dalších jazyků, sami se hojně inspirujeme ze zahraniční dobré praxe, některé metodiky jsou volně dostupné ke sdílení

Během dvoudenního kurzu **Duševní zdravotní péče pro učitele** předáváme pedagogům důležité informace o tom, jak mohou podpořit své duševní zdraví, a předcházet tak například syndromu vyhoření ale také, jak rozpoznat varovné signály psychických problémů u svých žáků a jak je v takové chvíli podpořit.

Celý kurz je velmi prakticky založený a učitelé na něm oceňují především jeho efektivitu a bezpečné prostředí, v němž mohou sdílet vlastní zkušenosti a čerpat inspiraci pro svoji další práci.



při kurzu často pracujeme v kruhu a v menších skupinách



pracovní sešit jako nástroj podpory

Po skončení prvního dne kurzu mají účastníci prostor na to, aby různé techniky a aktivity přenesli do profesního i osobního života. O měsíc později pak během druhého dne pod vedením našich zkušených lektorů, psychologů s praxí ze školství, reflektují, jak se jim dařilo. Učitelé na kurzu získávají **pracovní sešit**, ve kterém najdou všechny aktivity a informace využitelné pro jejich každodenní praxi, a mohou tak s nimi pracovat i v delším období.



psycholožka a lektorka kurzu



**Partneři
& podporovatelé**

Partneři

Společně s našimi partnery můžeme každý rok učit stále více dětí a mladých lidí porozumět vlastnímu duševnímu zdraví a ukazovat, jak o něj správně pečovat. Díky podpoře našich partnerů jsme mohli v roce 2021 dále rozvíjet programy pro učitele a podporovat pedagogy v péči o vlastní psychickou pohodu, která je nezbytná k tomu, aby měli dostatek sil pomáhat dětem a mladým lidem rozvíjet jejich potenciál.

Díky silným partnerstvím můžeme pomáhat spoluutvářet společnost, ve které se nikdo nemusí bát mluvit o duševním zdraví, ani říct si o pomoc. **Jsmo hrdí, že je Nevypust' duši ve společnosti právě těchto partnerů. Ti nám pomáhají ukazovat, jak silným a důležitým nástrojem může být prevence. Děkujeme.**

Děkujeme za dlouholetou důvěru **Nadaci RSJ**, která nás od samého počátku podporuje na společné cestě, aby se nikdo v naší společnosti nemusel bát mluvit o duševním zdraví.

Děkujeme **Nadaci pojišťovny Kooperativa** za podporu programů pro středoškoláky a učitele a za společné úsilí v destigmatizaci duševních onemocnění.

Děkujeme společnosti **Monetica** za podporu SŠ programů.

Děkujeme **Nadaci ČEZ**, díky jejíž podpoře jsme v roce 2021 mohli proškolit ještě více pedagogů v programech pro učitele.

Děkujeme **Magistrátu hl. města Prahy**, s jehož podporou jsme v Praze uskutečnili 48 programů pro SŠ.

Děkujeme společnosti **T-Mobile CZ**, díky které v roce 2021 vzniklo 24 videí, která jsou průvodcem pro širokou veřejnost v péči o duševní pohodu a zdraví.

Děkujeme společnosti **CRESTYL real estate, s.r.o.**, která nám poskytla prostory pro kanceláře našeho rostoucího týmu v roce 2021.

Děkujeme také společnosti **Alza.cz, a.s.** za hmotné dary pro vybavení naší kanceláře.

 RSJ Foundation

 Kooperativa
VIENNA INSURANCE GROUP
NADACE

 Monetica

 NADACE ČEZ

 PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

 T

 CRESTYL

 alza.cz

Podporovatelé

Každý dar, který Nevypuště duši v roce 2021 obdržela, v sobě ukrývá **velkou sílu pomáhat**. Každý dar má za sebou svůj jedinečný příběh a motivaci svého dárce. **Naplňuje nás radostí**, že nás s našimi dárci spojuje nejen zájem o duševní zdraví v naší společnosti, ale i velká chuť k tomu, aby vlastní psychice porozuměli děti a mladí lidé a naučili se o ni **včas** pečovat.

Jsme nesmírně vděční, že se v roce 2021 tolik dárců připojilo k podpoře duševního zdraví dětí. V Nevypuště duši máme velkou radost, že tyto dary můžeme proměňovat na programy, které pomáhají.

Každý z těchto darů činí Nevypuště duši silnější a efektivnější ve společném cíli, aby se nikdo nemusel bát o duševním zdraví mluvit a říct si o pomoc. **Děkujeme.**

161



podporovatelů

238 760
Kč

v darech přes
portál Darujme.cz

34 156
Kč

nejvyšší dar

Děkujeme každému z 161 dárců, kteří se v roce 2021 připojili ke společné misi podporovat duševní zdraví dětí a mladých lidí.

MŮJ OSOBNÍ KRIZOVÝ PLÁN



Cítím, že toho je na mě moc, když:

Dobrým rozptýlením pro mě může být třeba:

Blízcí lidé, na které se můžu obrátit:

1. _____
2. _____
3. _____

Věci, které mi pomáhají, když mi není dobře:

Místa, kde se cítím v bezpečí:

- _____
- _____
- _____

Činnosti, při kterých se cítím v bezpečí:

- _____
- _____
- _____

Další kontakty nebo zdroje, kde můžu vyhledat pomoc:

1. _____
2. _____
3. Linka bezpečí - 116 111 (www.linkabezpeci.cz)
Linka první psychické pomoci - 116 123
(www.linkaprvnipsychickepomoci.cz)

www.nevypustdusi.cz | @nevypustdusi



Díky našim partnerům a podporovatelům můžeme vytvářet infografiky a publikovat je na našich webových stránkách volně ke stažení pro širokou veřejnost, učitele, děti a mladistvé i odborníky. Osobní krizový plán byla nejstahovanější infografika roku 2021, kterou jsme vytvořili v návaznosti na pandemii covid-19 a představuje "KPZtku" pro naše duševní zdraví, ve které najdeme vše na jednom místě.

Pokud se zastavíme a zamyslíme, všichni máme věci, aktivity, místa či lidi, kteří nám pomáhají lépe zvládat náročné situace. Když se v těchto těžkých situacích nacházíme, nemusí být ale lehké si na takový záchranný kruh vzpomenout. Proto se každému z nás může hodit předem připravený osobní krizový plán. **Můžete si ho vyplnit pro sebe nebo třeba společně s dětmi, a otevřít tak s nimi téma duševního zdraví.**



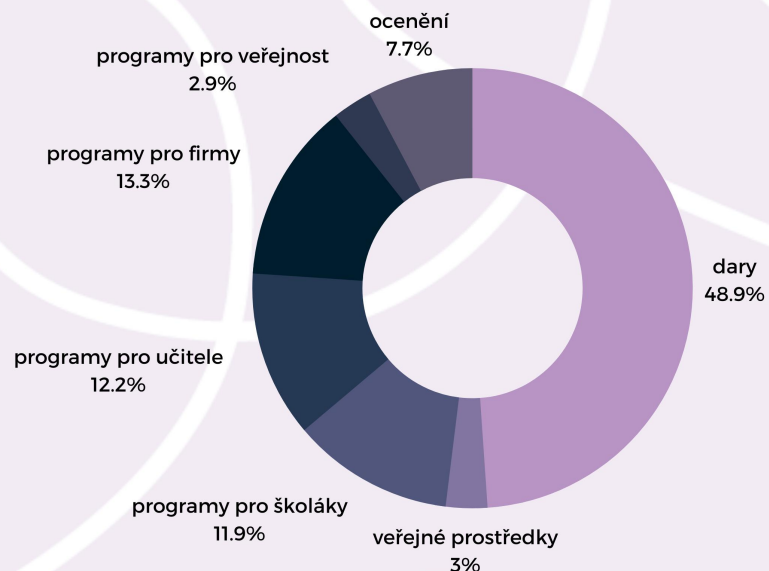
Osobní krizový plán ke stažení
bit.ly/ND-krizovyplan



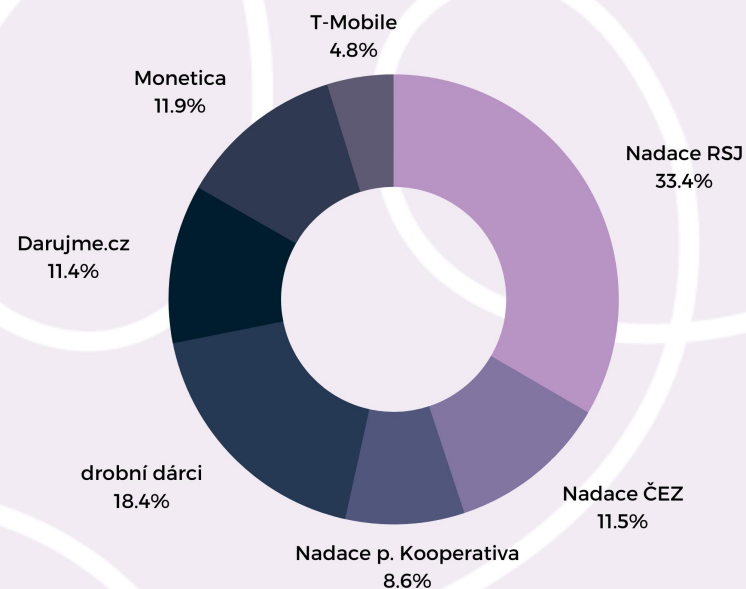


Hospodaření spolku

VÝNOSY:



Z TOHO DARY:



programy pro školáky:	466 672 Kč	11,9 %
programy pro učitele:	480 019 Kč	12,2 %
programy pro firmy:	521 080 Kč	13,3 %
programy pro veřejnost a VŠ:	114 097 Kč	2,9 %
naše výnosy celkem:	1 581 868 Kč	

dary:	1 919 935 Kč	48,9 %
veř. prostředky: (Magistrát hl. m. Prahy)	119 600 Kč	3 %
Ocenění:	304 222 Kč	7,7 %

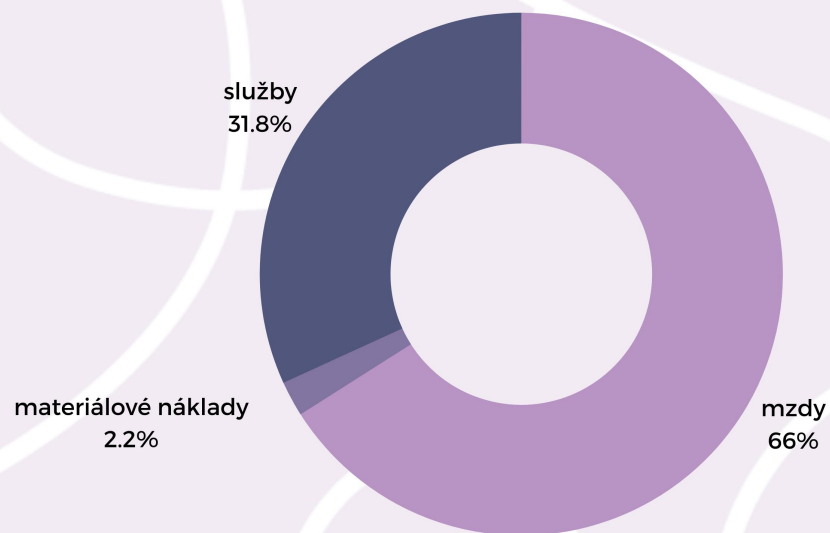
Dary tvořily:			
Nadace RSJ:	698 720 Kč	33,4 %	
Monetica:	250 000 Kč	11,9 %	
Nadace ČEZ:	241 230 Kč	11,5 %	
Nadace p. Kooperativa:	179 011 Kč	8,6 %	
T-Mobile:	100 000 Kč	4,8 %	
Darujme.cz:	238 760 Kč	11,4 %	
drobní dárci:	212 213 Kč	18,4 %	

V roce 2021 jsme obdrželi dary na projekty, které budeme realizovat v roce 2022:

T-Mobile:	400 000 Kč
Nadace p. Kooperativa:	176 310 Kč
Fakturoid s.r.o.:	50 000 Kč

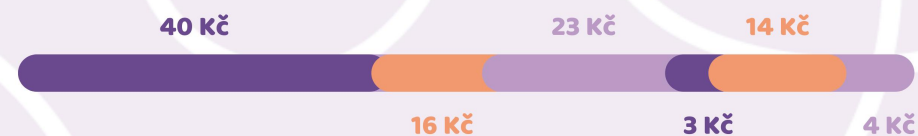
V roce 2021 tvořily výnosy z našich činností 40,3 % příjmů. Minimálně 75 % výnosů z programů pro firmy investujeme do programů pro školáky.

MATERIÁLOVÉ NÁKLADY, SLUŽBY A MZDY V ROCE 2021



mzdy (vč. odvodů):	2 283 123 Kč	66 %
materiálové náklady:	75 728 Kč	2,2 %
nemateriálové náklady (služby):	1 100 958 Kč	31,8 %
CELKEM:	3 459 809 Kč	

JAK NALOŽÍME S DAROVANOU STOKORUNOU



40 Kč
na realizaci a rozvoj programu pro středoškoláky

16 Kč
na realizaci a rozvoj programu pro učitele

23 Kč
na realizaci a rozvoj programů pro veřejnost

3 Kč
na péči o tým a jeho další vzdělávání

14 Kč
na rozvoj, řízení a administrativu organizace a provoz

4 Kč
na péči o dárce a získávání dalších finančních prostředků

Díky důvěře našich partnerů a podporovatelů můžeme každý rok **vyškolit nové lektory středoškolských programů**. V roce 2021 jsme vyškolili **12 nových lektorů** a **lektorský tým se rozrostl na 29 členů**.

Náš lektorský tým tvoří studenti pomáhajících profesí, mladí lidé s vlastní zkušeností s duševním onemocněním a především lidé s velkým odhodláním a energií **podporovat děti a mladé lidi v jejich poznání vlastního duševního zdraví**. Kromě lektorské praxe a práce v oboru mají v Nevypušť duši možnost vyzkoušet si spolupráci v multidisciplinárním týmu a neformálně se vzdělávat. V roce 2021 absolvovali například školení v základech krizové intervence nebo v práci se stresem pomocí psychologického přístupu ACT.

V závislosti na epidemiologické situaci jezdili lektori celý školní rok do středních škol po České republice s programy pro středoškoláky, případně se s žáky spojovali opět online při distanční výuce.




ze školení nových SŠ lektorů



jedna z nástěnek v navštívené SŠ v roce 2021



ze školení nových SŠ lektorů



Tým
Nevypust' duši

Marie Salomonová
ředitelka
& spoluzakladatelka



Pavla Kučerová
koordinátorka
středoškolských
programů



Josefína Kuchařová
koordinátorka
programů
pro veřejnost



Barbora Sedláková
office
manažerka



Daniela Syrovátková
koordinátorka
učitelských
programů



Dominika Šinal'ová
psycholožka & metodička
učitelských programů



Michaela Plíšková
fundraiserka



na 50 lektorů středoškolských, učitelských, veřejnostních
a firemních programů

Monika Bartoničková
manažerka
komunikace



Iva Kolevová
projektová
manažerka





Zpětná vazba

Děkujeme za důvěru a podporu v roce 2021.

Pomáhá tam, kde je skutečně potřeba.



lektorský tým programů pro učitele

Kurz mi přinesl radost z poznání bezvadných pedagogů a psychologů, nové informace ke zlepšení jak výuky, tak jednání se žáky, rodiči, pedagogy.
absolventka programu pro učitele

Díky tomuto workshopu vím, jak pracovat se svými úzkostmi a vím, jak jim předcházet. Za to jsem moc ráda.
absolventka SŠ programu

Tento webinář mi hodně pomohl. I v jeho průběhu jsem se uklidnila a hodně jsem si užila praktické ukázky relaxací.
absolventka SŠ programu

Na webináři byla příjemná, pozitivní atmosféra díky oběma lektorkám. Vše pěkně vysvětleno a přímo spojeno s praxí. Pro mě bylo důležité slyšet, že jsou některé věci v pořádku a nejsem v tom sama. A hlavně, že je důležité nezapomínat i na sebe.
absolventka programu pro učitele



Rozvaha & výkaz zisku a ztráty

ROZVAHA

ROZVAHA dle 504/2002 Sb. ve znění pro rok 2016
Obchodní firma nebo název účetní jednotky

Nevypust' Duši

Z. s.

Sídlo nebo bydliště účetní jednotky

Alej Českých exulantů 1153/9

Praha 6

161 00

K: 3 1 1 2 2 2 0 2 1

v tisících Kč

iČ	0	5	3	1	8	5	3	0
----	---	---	---	---	---	---	---	---

otisk podacích razítka

Označ.	AKTIVA	číslo řádku	Účetní období	
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni
A	Dlouhodobý majetek celkem	A.I.+...+A.IV.	001	+0
A. I.	Dlouhodobý nehmotný majetek celkem	A.I.1+...+A.I.x	002	
A. I. 1.	Nehmotné výsledky výzkumu a vývoje	účet 012	003	
2.	Software	účet 013	004	
3.	Ocenitelná práva	účet 014	005	
4.	Drobný dlouhodobý nehmotný majetek	účet 018	006	
5.	Ostatní dlouhodobý nehmotný majetek	účet 019	007	
6.	Nedokončený dlouhodobý nehmotný majetek	účet 041	008	
7.	Poskytnuté zálohy na dlouhodobý nehmotný majetek	účet 051	009	
A. II.	Dlouhodobý hmotný majetek celkem	A.II.1+...+A.II.x	010	+22
A. II. 1.	Pozemky	účet 031	011	
2.	Umělecká díla, předměty a sbírky	účet 032	012	
3.	Stavby	účet 021	013	
4.	Hmotné movité věci a jejich soubory	účet 022	014	
5.	Pěstičské celky trvalých porostů	účet 025	015	
6.	Dospělá zvířata a jejich skupiny	účet 026	016	
7.	Drobný dlouhodobý hmotný majetek	účet 028	017	+22
8.	Ostatní dlouhodobý hmotný majetek	účet 029	018	+22
9.	Nedokončený dlouhodobý hmotný majetek	účet 042	019	
10.	Poskytnuté zálohy na dlouhodobý hmotný majetek	účet 052	020	
A. III.	Dlouhodobý finanční majetek celkem	A.III.1+...+A.III.x	021	
A. III. 1.	Podíly - ovládaná nebo ovládající osoba	účet 061	022	
2.	Podíly - podílný vliv	účet 062	023	
3.	Dluhové cenné papíry držené do splatnosti	účet 063	024	
4.	Zápůjčky organizačním složkám	účet 066	025	
5.	Ostatní dlouhodobé zápůjčky	účet 067	026	
6.	Ostatní dlouhodobý finanční majetek	účet 069	027	
A. IV.	Oprávký k dlouhodobému majetku celkem	A.IV.1+...+A.IV.x	028	-22
A. IV. 1.	Oprávký k nehmotným výsledkům výzkumu a vývoje	účet 072	029	-22
2.	Oprávký k softwaru	účet 073	030	
3.	Oprávký k ocenitelným právům	účet 074	031	
4.	Oprávký k drobnému dlouhodobému nehmotnému majetku	účet 078	032	
5.	Oprávký k ostatnímu dlouhodobému nehmotnému majetku	účet 079	033	
6.	Oprávký ke stavbám	účet 081	034	
7.	Oprávký k samostatným hmotným movitým věcem a souborům hmotných movitých věcí	účet 082	035	
8.	Oprávký k pěstičským celkům trvalých porostů	účet 085	036	
9.	Oprávký k základnímu stádu a tažným zvířatům	účet 086	037	
10.	Oprávký k drobnému dlouhodobému hmotnému majetku	účet 088	038	-22
11.	Oprávký k ostatnímu dlouhodobému hmotnému majetku	účet 089	039	-22
B.	Krátkodobý majetek celkem	B.I.+...+B.IV.	040	+2 803
B. I.	Zásoby celkem	B.I.1+...+B.I.x	041	
B. I. 1.	Materiál na skladě	účet 112	042	
2.	Materiál na cestě	účet 119	043	

Označ.	AKTIVA	číslo řádku	Účetní období	
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni
3.	Nedokončená výroba	účet 121	044	
4.	Polotovary vlastní výroby	účet 122	045	
5.	Výrobky	účet 123	046	
6.	Mladá a ostatní zvířata a jejich skupiny	účet 124	047	
7.	Zboží na skladě a v prodejnách	účet 132	048	
8.	Zboží na cestě	účet 139	049	
9.	Poskytnuté zálohy na zásoby	účet 314	050	
B. II.	Pohledávky celkem	B.II.1+...+B.II.x	051	+60
B. II. 1.	Odběratelé	účet 311	052	+60
2.	Směnky k inkasu	účet 312	053	
3.	Pohledávky za eskortované cenné papíry	účet 313	054	
4.	Poskytnuté provozní zálohy	účet 314 - f. 51	055	
5.	Ostatní pohledávky	účet 315	056	
6.	Pohledávky za zaměstnanci	účet 335	057	
7.	Pohledávky za institucemi sociálního zabezpečení a veřejného zdravotního pojištění	účet 336	058	
8.	Daň z příjmů	účet 341	059	
9.	Ostatní přímé daně	účet 342	060	
10.	Daň z přidané hodnoty	účet 343	061	
11.	Ostatní daně a poplatky	účet 345	062	
12.	Nároky na dotace a ostatní zúčtování se státním rozpočtem	účet 346	063	
13.	Nároky na dotace a ostatní zúčtování s rozpočtem orgánů územních samosprávných celků	účet 348	064	
14.	Pohledávky za společníky sdruženými ve společnosti	účet 358	065	
15.	Pohledávky z pevných termínovaných operací a opcí	účet 373	066	
16.	Pohledávky z vydaných dluhopisů	účet 375	067	
17.	Jiné pohledávky	účet 378	068	
18.	Dohadné účty aktivní	účet 388	069	
19.	Opravná položka k pohledávkám	účet 391	070	
B. III.	Krátkodobý finanční majetek celkem	B.III.1+...+B.III.x	071	+2 743
B. III. 1.	Peněžní prostředky v pokladně	účet 211	072	+4 040
2.	Ceniny	účet 213	073	
3.	Peněžní prostředky na účtech	účet 221	074	+2 743
4.	Majetkové cenné papíry k obchodování	účet 251	075	+4 040
5.	Dluhové cenné papíry k obchodování	účet 253	076	
6.	Ostatní cenné papíry	účet 256	077	
7.	Peníze na cestě	účet 261	078	
B. IV.	Jiná aktiva celkem	B.IV.1+...+B.IV.x	079	
B. IV. 1.	Náklady příštích období	účet 381	080	
2.	Příjmy příštích období	účet 385	081	
	AKTIVA CELKEM	A.+B.	082	+2 803

Označ.	PASIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
A.	Vlastní zdroje celkem	A.I.+...+A.II.	001	+2 341	+3 898
A. I.	Jmenný celkem	A.I.1.+...+A.I.1.x	002	+1 155	+2 700
A. I. 1.	Vlastní jmění	účet 901	003		
	2. Fondy	účet 911	004	+1 155	+2 700
	3. Oceňovací rozdíly z přecenění finančního majetku a závazků	účet 921	005		
A. II.	Výsledek hospodaření celkem	A.II.1.+...+A.II.x	006	+1 186	+1 198
A. II. 1.	Účet výsledku hospodaření	účet +/-963	007	XXXXXXXXXXXX	+12
	2. Výsledek hospodaření ve schvalovacím řízení	účet +/-931	008	+702	XXXXXXXXXXXX
	3. Nerozdělený zisk, neuhrazená ztráta minulých let	účet +/-932	009	+484	+1 186
B.	Cizí zdroje celkem	B.I.+...+B.IV.	010	+462	+262
B. I.	Rezervy celkem	B.I.1.+...+B.I.x	011		
B. I. 1.	Rezervy	účet 941	012		
B. II.	Dlouhodobé závazky celkem	B.II.1.+...+B.II.x	013		
B. II. 1.	Dlouhodobé úvěry	účet 951	014		
	2. Vydané dluhopisy	účet 953	015		
	3. Závazky z pronájmu	účet 954	016		
	4. Přijaté dlouhodobé zálohy	účet 955	017		
	5. Dlouhodobé směnky k úhradě	účet 958	018		
	6. Dohadné účty pasivní	účet 389	019		
	7. Ostatní dlouhodobé závazky	účet 959	020		
B. III.	Krátkodobé závazky celkem	B.III.1.+...+B.III.x	021	+462	+262
B. III. 1.	Dodavatelé	účet 321	022	+43	+34
	2. Směnky k úhradě	účet 322	023		
	3. Přijaté zálohy	účet 324	024	+144	+0

Označ.	PASIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
4.	Ostatní závazky	účet 325	025		
5.	Zaměstnanci	účet 331	026	+97	+167
6.	Ostatní závazky vůči zaměstnancům	účet 333	027		
7.	Závazky k institucím sociálního zabezpečení a veřejného zdravotního pojištění	účet 336	028	+37	+62
8.	Daň z příjmů	účet 341	029	+94	-37
9.	Ostatní přímé daně	účet 342	030	+19	+18
10.	Daň z přidané hodnoty	účet 343	031	+0	+18
11.	Ostatní daně a poplatky	účet 345	032		
12.	Závazky ze vztahu k státnímu rozpočtu	účet 346	033		
13.	Závazky ze vztahu k rozpočtu orgánů územních samosprávných celků	účet 348	034		
14.	Závazky z upsaných nesplacených cenných papírů a podílů	účet 367	035		
15.	Závazky ke společným sdruženým ve společnosti	účet 368	036		
16.	Závazky z pevných termínovaných operací a opcí	účet 373	037		
17.	Jiné závazky	účet 379	038		
18.	Krátkodobé úvěry	účet 231	039		
19.	Esportní úvěry	účet 232	040		
20.	Vydané krátkodobé dluhopisy	účet 241	041		
21.	Vlastní dluhopisy	účet 255	042		
22.	Dohadné účty pasivní	účet 389	043	+28	+0
23.	Ostatní krátkodobé finanční výpomoci	účet 249	044		
B. IV.	Jiná pasiva celkem	B.IV.1.+...+B.IV.x	045	+0	+0
B. IV. 1.	Vydaje příštích období	účet 383	046		
2.	Výnosy příštích období	účet 384	047	+0	+0
	PASIVA CELKEM	A.+B.	048	+2 803	+4 160

Okamžik sestavy: 30.4.2022	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky:
Právní forma účetní jednotky:	SALOMONOVÁ MARIE
Předmět činnosti nebo účet:	
Činnosti ostatních organizací sdružujících osoby za účelem prosazování společných zájmů j. n.	
Činnosti ostatních organizací sdružujících osoby za účelem prosazování společných zájmů j. n.	

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY

VZZ dle 504/2002 Sb. ve znění pro rok 2016
Obchodní firma nebo název účetní jednotky

Nevypust' Duši

Z. S.

Sídlo nebo bydliště účetní jednotky

Alej Českých exulantů 1153/9

Praha 6

161 00

K: **3 1 . 1 2 . 2 0 2 1**

Od: **1.1.2021** Do: **31.12.2021**

v tisících Kč

IČ: **0 5 3 1 8 5 3 0**

otisk podacího razítka

Označ.	VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY	číslo řádku	Běžné období			
			Hlavní	Hospodářská	Celkem	
A.	Náklady	A.I.+...+A.VIII.	001	+1 625	+1 584	+3 209
A. I.	Spotřebované nákupy a nakupované služby	A.I.1+...+A.I.x	002	+602	+619	+1 221
A. I. 1.	Spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovaných dodávek	účty 501, 502, 503	003	+35	+45	+80
2.	Prodané zboží	účet 504	004			
3.	Opravy a udržování	účet 511	005	+22	+1	+23
4.	Náklady na cestovné	účet 512	006		+47	+47
5.	Náklady na reprezentaci	účet 513	007	+1	+7	+8
6.	Ostatní služby	účet 518	008	+544	+519	+1 063
A. II.	Změna stavu zásob vlastní činnosti a aktivace	A.II.1+...+A.II.x	009			
A. II. 7.	Změna stavu zásob vlastní činnosti	účty 561, 562, 563, 564	010			
8.	Aktivace materiálu, zboží a vnitroorganizačních služeb	účty 571, 572	011			
9.	Aktivace dlouhodobého majetku	účty 573, 574	012			
A. III.	Osobní náklady	A.III.1+...+A.III.x	013	+1 023	+958	+1 981
A. III. 10.	Mzdové náklady	účet 521	014	+802	+802	+1 604
11.	Základní sociální pojištění	účet 524	015	+221	+156	+377
12.	Ostatní sociální pojištění	účet 525	016			
13.	Základní sociální náklady	účet 527	017			
14.	Ostatní sociální náklady	účet 528	018			
A. IV.	Daně a poplatky	A.IV.1+...+A.IV.x	019		+1	+1
A. IV. 15.	Daně a poplatky	účty 531, 532, 538	020		+1	+1
A. V.	Ostatní náklady	A.V.1+...+A.V.x	021		+6	+6
A. V. 16.	Smluvní pokuty, úroky z prodlení, ostatní pokuty a penále	účty 541, 542	022			
17.	Odpis nedobytné pohledávky	účet 543	023			
18.	Nákladové úroky	účet 544	024			
19.	Kursově ztráty	účet 545	025			
20.	Dary	účet 546	026			
21.	Manka a škody	účet 548	027			
22.	Jiné ostatní náklady	účet 549	028		+6	+6
A. VI.	Odpisy, prodaný majetek, tvorba a použití rezerv a opravných položek	A.VI.1+...+A.VI.x	029			
A. VI. 23.	Odpisy dlouhodobého majetku	účet 551	030			
24.	Prodaný dlouhodobý majetek	účet 552	031			
25.	Prodané cenné papíry a podíly	účet 553	032			
26.	Prodaný materiál	účet 554	033			
27.	Tvorba a použití rezerv a opravných položek	účty 556, 559	034			
A. VII.	Poskytnuté příspěvky	A.VII.1+...+A.VII.x	035			
A. VII. 28.	Poskytnuté členské příspěvky a příspěvky zúčtované mezi organizačními složkami	účty 581, 582	036			
A. VIII.	Daň z příjmů	A.VIII.1+...+A.VIII.x	037			
A. VIII. 29.	Daň z příjmů	účet 591	038			
	Náklady celkem		039	+1 625	+1 584	+3 209
B.	Výnosy		040	+1 625	+1 596	+3 221
B. I.	Provozní dotace	B.I.1+...+B.II.x	041			
B. I. 1.	Provozní dotace	účet 691	042			
B. II.	Přijaté příspěvky	B.II.1+...+B.II.x	043			
B. II. 2.	Přijaté příspěvky zúčtované mezi organizačními složkami	účet 681	044			
3.	Přijaté příspěvky (dary)	účet 682	045			
4.	Přijaté členské příspěvky	účet 684	046			
B. III.	Tržby za vlastní výkony a za zboží	účty 601, 602, 603	047	+270	+1 547	+1 817

Označ.	VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY	číslo řádku	Běžné období			
			Hlavní	Hospodářská	Celkem	
B. IV.	Ostatní výnosy	B.IV.1+...+B.IV.x	048	+1 355	+49	+1 404
B. IV. 5.	Smluvní pokuty, úroky z prodlení, ostatní pokuty a penále	účty 641, 642	049			
6.	Platby za odespané pohledávky	účet 643	050			
7.	Výnosové úroky	účet 644	051			
8.	Kursově zisky	účet 645	052			
9.	Zúčtování fondů	účet 648	053	+1 355	+49	+1 404
10.	Jiné ostatní výnosy	účet 649	054			
B. V.	Tržby z prodeje majetku	B.V.1+...+B.V.x	055			
B. V. 11.	Tržby z prodeje dlouhodobého nehmotného a hmotného majetku	účet 652	056			
12.	Tržby z prodeje cenných papírů a podílů	účet 653	057			
13.	Tržby z prodeje materiálu	účet 654	058			
14.	Výnosy z krátkodobého finančního majetku	účet 655	059			
15.	Výnosy z dlouhodobého finančního majetku	účet 657	060			
	Výnosy celkem		061	+1 625	+1 596	+3 221
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	B.-A.I.1+...+A.VII.x + C.x	062	+0	+12	+12
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	B.-A.+D.x	063	+0	+12	+12

Okamžik sestavy: 30.4.2022	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky:
Právní forma účetní jednotky:	SALOMONOVÁ MARIE
Předmět činnosti nebo účet:	
Činnosti ostatních organizací sdružujících osoby za účelem prosazování společných zájmů j. n.	
Činnosti ostatních organizací sdružujících osoby za účelem prosazování společných zájmů j. n.	

2015

vznik facebookového projektu a první osvětové materiály pro veřejnost

2016

vznik neziskové organizace

2 884 SŠ absolventů <<
2 941 absolventů veř. programů <<

zaměření na učitele pro větší dosah
+
Rada vlády pro duševní zdraví & Youth Speak Up!

2017

vznik programů pro teenagery

1 182 SŠ absolventů <<
1 559 absolventů veř. programů <<

>> 200 SŠ absolventů
>> 290 absolventů veř. programů

první zaměstnanci
+
první programy pro veřejnost
+
škálování programu

2019

reakce na výrazné zhoršení psychické kondice celé populace kvůli pandemii
+
Národní akční plán pro duševní zdraví

>> 5 358 SŠ absolventů
>> 5 292 absolventů veř. programů
>> 234 absolventů uč. programů

2018

rozšíření týmu
+
zaměření na rozvoj programů pro učitele a veřejnost
+
připojení k Partnerství 2030+

>> 9 458 SŠ absolventů
>> 6 559 absolventů veř. programů
>> 669 absolventů uč. programů

2020

2021

Líbí se vám naše práce a rádi byste nás podpořili?

číslo transparentního účtu: 2701081623/2010



**NEVYPUŠŤ
DUŠI**



www.nevypustdusi.cz



info@nevypustdusi.cz



facebook.com/nevypustdusi



instagram.com/nevypustdusi

Nevypušť Duši, z. s.,
se sídlem Alej Českých exulantů 1153/9,
Praha 6, 161 00,
IČ: 05318530, DIČ: CZ05318530
L 66470, Městský soud v Praze